

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE (SÃO JOSÉ DA BOA VISTA/PARANÁ)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

PLANO ALIMENTAR ESCOLA MUNICIPAL FRANCISCO ABÍLIO LOPES

FAIXA ETÁRIA (6 - 11 anos)

Agosto/2021

	2ª FEIRA 30/08	3ª FEIRA 31/08	4ª FEIRA 01/03	5ª FEIRA 02/09	6ª FEIRA 03/09
Lanche do início (08:00 hrs)	Maçã	Leite com achocolatado Wafer de chocolate	Café com leite Biscoito de polvilho	Maçã e banana picados	Melancia
Lanche principal	Sopa de legumes com peito de frango (batata inglesa, cenoura, chuchu, repolho e macarrão) Sobremesa: Leite com sucrilhos	Salada de beterraba cozida Carne de panela - músculo Purê de batata inglesa Arroz Feijão	Salada de chuchu refogado Carne moída Arroz com cenoura Feijão carioca	Salada de acelga Arroz nutritivo (arroz, frango, cenoura e couve-flor) Sobremesa: Leite com sucrilhos	Suco de leite batido com polpa de maracujá Cachorro quente - salsicha, vinagrete e batata palha
Lanche da saída (16:50 hrs)	Maçã	Wafer de chocolate	Biscoito de polvilho	Maçã e banana picados	Melancia
Composição nutricional (Média semanal)	422, 15 (Kcal)	57 (g)	15 (g)	14 (g)	
		CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIO	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	

Nutricionista, Vanessa de Lima Lodovirge Oliveira, CRN-8 12338 _____.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE (SÃO JOSÉ DA BOA VISTA/PARANÁ)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

PLANO ALIMENTAR ESCOLA MUNICIPAL FRANCISCO ABÍLIO LOPES

FAIXA ETÁRIA (6 - 11 anos)

Agosto/2021

	2ª FEIRA 06/09	3ª FEIRA 07/09	4ª FEIRA 08/09	5ª FEIRA 09/09	6ª FEIRA 10/09
Lanche do início (08:00 hrs)	-	-	Café com leite + biscoito de polvilho	Leite com achocolatado Bolacha de mel	Melancia
Lanche principal	-	-	Salada de repolho e beterraba crua ralada Arroz Feijão Isclas de coxão mole com cebola	Salada de tomate Strogonoff de frango Batata palha Arroz Feijão	Leite batido com polpa de maracujá Bolo nega maluca
Lanche da saída (16:50 hrs)	-	-	Biscoito de polvilho	Bolacha de mel	Melancia
Composição nutricional (Média semanal)	410, 78 (Kcal)	56 (g) CARBOIDRATO	11 (g) PROTEÍNA	19 (g) LIPÍDIO	
					55% a 65% do VET

Nutricionista, Vanessa de Lima Lodovirge Oliveira, CRN-8 12338 _____.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE (SÃO JOSÉ DA BOA VISTA/PARANÁ)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

PLANO ALIMENTAR ESCOLA MUNICIPAL FRANCISCO ABÍLIO LOPES

FAIXA ETÁRIA (6 - 11 anos)

Setembro/2021

	2ª FEIRA 13/09	3ª FEIRA 14/09	4ª FEIRA 15/09	5ª FEIRA 16/09	6ª FEIRA 17/09
Lanche do início (08:00 hrs)	Leite batido com banana Bolacha de mel	Leite com achocolatado Biscoito de polvilho	Morango	Banana	Café com leite Bolacha salgada
Lanche principal	Sopa de legumes com músculo (macarrão parafuso, músculo, batata, repolho, cenoura e abobrinha)	Salada de beterraba cozida Filé de tilápia assado Purê de batata Arroz Feijão	Salada de brócolis refogado Ovos mexidos com farinha de milho Arroz Feijão	Salada de acelga e cenoura crua ralada Carne moída Polenta	Suco de leite batido com polpa de maracujá Bolo nega maluca
Lanche da saída (16:50 hrs)	Bolacha de mel	Biscoito de polvilho	Morango	Banana	Bolacha salgada
Composição nutricional (Média semanal)	386,84 (Kcal)	53 (g) CARBOIDRATO	29 (g) PROTEÍNA	8 (g) LIPÍDIO	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	

Nutricionista, Vanessa de Lima Lodovirge Oliveira, CRN-8 12338 _____.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE (SÃO JOSÉ DA BOA VISTA/PARANÁ)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

PLANO ALIMENTAR ESCOLA MUNICIPAL FRANCISCO ABÍLIO LOPES

FAIXA ETÁRIA (6 - 11 anos)

Setembro/2021

	2ª FEIRA 20/09	3ª FEIRA 21/09	4ª FEIRA 22/09	5ª FEIRA 23/09	6ª FEIRA 24/09
Lanche do início (08:00 hrs)	Café com leite Bolacha de mel	Achocolatado Biscoito de polvilho	Morango	Maçã	Banana
Lanche principal	Salada de couve Linguiça assada com batatas Arroz Feijão preto	Salada de repolho Arroz nutritivo (arroz, frango, cenoura, brócolis e milho)	Salada de alface Macarrão ao molho vermelho Isclas de coxão mole	Salada de acelga Pernil suíno Arroz Feijão	Suco de polpa morango Sanduíche natural (pão de fatia, patê de frango, alface, tomate)
Lanche da saída (16:50 hrs)	Bolacha de mel	Biscoito de polvilho	Morango	Maçã	Banana
Composição nutricional (Média semanal)	391,36 (Kcal)	52 (g) CARBOIDRATO	30 (g) PROTEÍNA	8 (g) LIPÍDIO	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	

Nutricionista, Vanessa de Lima Lodovirge Oliveira, CRN-8 12338 _____.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE (SÃO JOSÉ DA BOA VISTA/PARANÁ)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

PLANO ALIMENTAR ESCOLA MUNICIPAL FRANCISCO ABÍLIO LOPES

FAIXA ETÁRIA (6 - 11 anos)

Setembro/2021

	2ª FEIRA 27/09	3ª FEIRA 28/09	4ª FEIRA 29/09	5ª FEIRA 30/09	6ª FEIRA 01/10
Lanche do início (08:00 hrs)	Melancia	Café com leite Bolacha doce	Banana	Leite batido com banana	Abacaxi
Lanche principal	Salada de repolho Carne moída Arroz Feijão carioca	Salada de cenoura refogada Frangos em cubos refogado Arroz Feijão carioca	Salada de beterraba cozida Ovos mexidos com farinha de milho Arroz Feijão carioca	Salada de alface Fígado de boi grelhado com cebola Arroz Feijão carioca	Leite batido com polpa de morango Sanduíche natural (pão de fatia, patê de frango, cenoura crua ralada, tomate, alface)
Lanche da saída (16:50 hrs)	Melancia	Bolacha doce	Banana	Banana	Abacaxi
Composição nutricional (Média semanal)	388,15 (Kcal)	53 (g)	27 (g)	8(g)	
		CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIO	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	

Nutricionista, Vanessa de Lima Lodovirge Oliveira, CRN-8 12338 _____.